DOCUMENT RESUME

ED 482 026 PS 031 719

TITLE	Illinois Early Learning Project Tip Sheets: Social and Emotional Development.
SPONS AGENCY	Illinois State Board of Education, Springfield.
PUB DATE	2003-00-00
NOTE	14p.; Produced by the University of Illinois at Champaign-Urbana, College of Education, Early Childhood and Parenting (ECAP) Collaborative.
AVAILABLE FROM	Illinois Early Learning Project, 29 Children's Research Center, 51 Gerty Drive, Champaign, IL 61820-7469. Tel: 877-275-3227 (Toll Free); Tel: 217-333-1386; Fax: 217-333-3767; e-mail: iel@uiuc.edu; Web site: http://illinoisearlylearning.org.
PUB TYPE	Guides - Non-Classroom (055) -- Multilingual/Bilingual Materials (171)
LANGUAGE	English, Spanish
EDRS PRICE	EDRS Price MF01/PC01 Plus Postage.
DESCRIPTORS	Bullying; Child Rearing; Corporal Punishment; *Discipline; *Early Experience; *Emotional Development; Friendship; Multilingual Materials; Parent Role; *Preschool Children; Self Control; Separation Anxiety; *Social Development; Teacher Role; *Toddlers
IDENTIFIERS	Encouragement; Teasing

ABSTRACT

The Illinois Early Learning Project (IEL) is funded by the Illinois State Board of Education to provide information resources on early learning and training related to implementing the Illinois Early Learning Standards for parents and for early childhood personnel in all settings. The IEL tip sheets offer suggestions to parents and early childhood personnel on a variety of topics related to children's early experiences. This set of six tip sheets, in English- and Spanish-language versions, relates specifically to children's social and emotional development. Titles are as follows: (1) "Don't Spank! Here's What You Can Do Instead!"; (2) "Encouraging Words"; (3) "He's Teasing Me!"; (4) "Helping Children Develop 'Impulse Control'"; (5) "Making and Keeping Friends"; and (6) "Please Don't Go! Separation Anxiety and Children." (LPP)

Reproductions supplied by EDRS are the best that can be made
from the original document.

ED 482 026

[Illinois Early Learning Project Tip Sheets: Social and Emotional Development.]

Illinois Early Learning Project
Early Childhood and Parenting Collaborative
College of Education
University of Illinois

2002 - 2003

U.S. DEPARTMENT OF EDUCATION
Office of Educational Research and Improvement
EDUCATIONAL RESOURCES INFORMATION CENTER (ERIC)

X This document has been reproduced as received from the person or organization originating it.

☐ Minor changes have been made to improve reproduction quality.

• Points of view or opinions stated in this document do not necessarily represent official OERI position or policy.

PERMISSION TO REPRODUCE AND DISSEMINATE THIS MATERIAL HAS BEEN GRANTED BY

Dianne Rothenberg

TO THE EDUCATIONAL RESOURCES INFORMATION CENTER (ERIC)

1

PS 031719

2 BEST COPY AVAILABLE

Don't Spank!
Here's What You Can Do Instead!

Many parents choose not to spank their children. But what can they do instead? Here are some ways you can "spare the rod" without spoiling your children.

Overlook attention-seeking behaviors

Ignore behavior when possible. Overlook behaviors that will not harm your child or others, such as whining, bad language, and tantrums. It's hard *not* to do something, but sometimes our children act up because they want our attention.

Connect your response to the misbehavior

Briefly take away privileges related to the misbehavior. For example, if your children fight over TV programs, take away TV privileges for a few hours or a day. If the punishment lasts too long, your child may forget the original misbehavior, and the lesson may be lost.

Use logical consequences to make the point. For example, if your child misuses a toy, take away the toy for a few hours. If your child spills crackers on the floor, have her help pick them up.

Encourage positive behaviors

Rearrange space. Try creative solutions. If clothes and toys are often left lying about, start using baskets and low hooks for easier cleanup. If school notes are misplaced, assign a special table or counter for them.

Redirect behavior. Substitute a "can do" behavior for a "can't do" behavior. If your child draws on the walls, stock up on drawing paper and let her know where it is. If your child throws sand, provide a ball for him to throw instead.

Use the "when/then" rule. Tie what you want to what your children want. For example, *when* your children pick up their toys, *then* they can watch TV. *When* your children finish their baths, *then* they can have a storybook read to them.

Use timeout sparingly

Use "timeout" to respond to dangerous and harmful behaviors such as biting, hitting, and purposeful destruction. Timeout is best used to help your child calm down and regain control. After timeout is over, acknowledge your child's good behavior when you can.

These parenting tips are adapted from material by Parents Anonymous® Inc., a national organization dedicated to strengthening families.

For more information, check out these Web sites:

http://www.parentsanonymous.org
http://www.nncc.org/Guidance/guide.dev.apprch.html
http://ericeece.org/pubs/digests/1997/ramsbu97.html

BEST COPY AVAILABLE

Illinois Early Learning Project

29 Children's Research Center
51 Gerty Dr. ● Champaign, IL 61820-7469
Telephone: 217-333-1386 ● Fax: 217-333-3767
Toll-free: 800-583-4135 (Voice/TTY)
Email: iel@ericps.crc.uiuc.edu
Internet: http://illinoisearlylearning.org

futures for kids

For more tip sheets on other topics, please go to http://illinoisearlylearning.org

PS 031719

¡Nada de nalgadas! Lo que Ud. puede hacer en lugar de pegarle al niño

Muchos padres y madres prefieren no pegar a sus hijos, pero también quieren evitar aquello del "Niño mimado, siempre estropeado". ¿Entonces, qué pueden hacer? Aquí hay algunas sugerencias.

Ignore los comportamientos que sólo buscan llamar la atención

Cuando sea posible, no les haga caso. Ignore los comportamientos que no lastimen ni a su hijo ni a los demás, como los quejidos, las groserías y los berrinches. Es difícil no hacer nada, pero a veces nuestros hijos se portan mal solamente porque quieren que les prestemos atención.

Conecte su respuesta con el mal comportamiento

Quítele por un tiempo breve los privilegios relacionados con la mala conducta. Por ejemplo, si sus hijos se pelean por los programas de televisión, quíteles su derecho a ver la televisión por unas horas o un día. Recuerde que si el castigo dura demasiado, a su hija posiblemente se le olvide la causa original y podría perderse así la lección.

Utilice consecuencias lógicas para hacerse entender. Por ejemplo, si su hija maltrata un juguete, quíteselo por unas horas. Si su hijo tira galletas al piso, haga que las recoja.

Fomente los comportamientos positivos

Reordene los espacios. Busque soluciones creativas. Si la ropa y los juguetes se dejan tirados a menudo, empiece a utilizar canastas y ganchos bajos para recogerlos con más facilidad. Si se extravían los apuntes de la escuela, desígneles una mesa u otro lugar especial.

Cambie la dirección del comportamiento. Sustituya un comportamiento de "sí se puede" por uno de "no se puede". Si su hijo dibuja en las paredes, hay que abastecerse de papel de dibujo y dejarle saber donde se guarda. Si su hija avienta la arena del cajón, dele mejor una pelota para tirar.

Emplee la regla de "cuando/entonces". Enlace lo que Ud. quiere con lo que quieren sus hijos. Por ejemplo, cuando los niños recogen sus juguetes, entonces pueden ver la televisión. Cuando terminan de bañarse, entonces se les puede leer un libro de cuentos.

Use penitencias ("time out") esporádicamente

Estas penitencias se deben imponer en los casos de comportamientos peligrosos y dañinos como los de morder, pegar y la destrucción a propósito. Estas penitencias se utilizan para ayudar a su hijo a tranquilizarse y retomar el control de sí mismo. Después de este período, reconozca en cuanto pueda el buen comportamiento de su hijo.

Estos consejos acerca de cómo ser buenos padres y madres se han adaptado de material de Parents Anonymous® Inc., una organización nacional dedicada al fortalecimiento de las familias.

Para más información, visite estos sitios Web:

http://www.parentsanonymous.org (en inglés)
http://www.nncc.org/Guidance/sp.limits.pdf
http://ericeece.org/pubs/digests/1994/disci94s.html

BEST COPY AVAILABLE

Illinois Early Learning Project

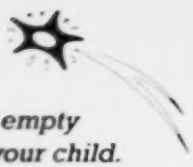
29 Children's Research Center
51 Gerty Dr. ● Champaign, IL 61820-7469
Teléfono: 217-333-1386 ● Fax: 217-333-3767
Gratis: 800-583-4135 (Voz/TTY)
Email: iel@uiuc.edu
Internet: http://illinoisearlylearning.org

futures for kids

Para más páginas de consejos acerca de otros temas, favor de visitar el: http://illinoisearlylearning.org

PS 035719

Encouraging Words



Encouragement can help children feel good about themselves and their parents. But it can also be overdone. Helpful words show appreciation without sounding like empty praise or "things parents are supposed to say." Here are some tips on encouraging your child.

Notice specific good acts and comment on them.

- *Tell your child how much you love her and how wonderful she is.* But she also needs to receive encouragement about specific actions. Instead of saying, "What a good girl you are," try saying, "You put your book back on the shelf." She will see her own action as helpful.
- *Pay attention to the things that your child gets right.* For example, if he usually pushes to the front of the line but remembers to wait this time, you might say, "I'm glad you remembered to wait to go down the slide when you saw Jason get to the ladder first," along with a smile or a hug.
- *Use words to help your child become aware of her own approach to problems.* "I noticed Maria wanted to play a different game than you did, so you suggested playing her choice and then playing yours. You looked like you were having fun together."

Notice your child's effort and be honest in praising it.

- *Support your child's good intentions.* Rather than saying, "What a beautiful card! You're a great artist!" try saying, "Daddy will really like the get well card you made."
- *Be careful not to go overboard with praise.* Your child may begin to doubt your judgment if you constantly tell him that he's the fastest boy or the best artist, especially if he knows others who are faster or who draw better pictures.

Avoid compliments that insult your child or others.

- *Don't praise your child in a way that sounds like criticism.* Saying, "You actually remembered to put your coat away for once" is not encouraging. If something your child has done is worth complimenting, let the compliment stand on its own.
- *Avoid insulting others while encouraging a child.* Saying, "You are a much better helper than your brother" may cause competition and resentment.

"I love you." "I'm proud of you." "I'm so glad you're my child." Children *and* adults feel good when they hear these words.

These suggestions were adapted from:

Brazelton, T. Berry, & Sparrow, Joshua A. (2001). Touchpoints three to six: Your child's emotional and behavioral development *(pp. 222–224). Cambridge, MA: Perseus.*

Work and Family Resource Center. (1996). Praising children *[Online]. Available: http://www.cpirc.org/tips/praise.htm#Praising%20Children*

For related Web resources, see "Encouraging Words" at http://illinoisearlylearning.org/tips.htm.

Illinois Early Learning Project

29 Children's Research Center
51 Gerty Dr. ● Champaign, IL 61820-7469
Telephone: 217-333-1386 ● Fax: 217-333-3767
Toll-free: 800-583-4135 (Voice/TTY)
Email: iel@uiuc.edu
Internet: http://illinoisearlylearning.org

BEST COPY AVAILABLE

Illinois State Board of Education

For more tip sheets on other topics, please go to http://illinoisearlylearning.org

PS 031719

Palabras animadoras

El aliento emocional puede ayudar a los niños a sentirse bien acerca de sí mismos y sus padres. Pero también puede hacerse de manera exagerada. Las palabras alentadoras comunican la apreciación sin dar la impresión de ser alabanzas vacías o "cosas que los padres deben decir." A continuación presentamos unos consejos sobre cómo alentar a su hijo.

Tome nota de hechos buenos específicos, y coméntelos.

- *Cuente a su hija del amor que usted le tiene y lo maravillosa que es.* Pero la niña también necesita recibir ánimo acerca de hechos específicos. En vez de decirle, "¡Qué buena niña eres!", procure decirle, "Pusiste tu libro en la estantería de nuevo." Su hija entenderá que su propia acción fue provechosa.
- *Preste atención a las cosas que su hijo hace bien.* Por ejemplo, si suele dar empujones hasta llegar a la frente de la cola pero esta vez se acuerda de esperar, usted podría decirle, "Me alegra que te acordaste de esperar para bajar el resbalón cuando viste a Jasón llegar primero a la escalera," dándole una sonrisa o un abrazo.
- *Use las palabras para ayudarle a su hijo a darse cuenta de sus propios planteamientos de los problemas.* "Vi que María quería jugar otro juego que tú no querías jugar, y le sugeriste que jugaran al que ella quería y después el que tú querías. Me parecía que se divertían juntos."

Fíjese en los esfuerzos de su hijo y alábelo con sinceridad.

- *Apoye las buenas intenciones de su hijo.* En lugar de decirle, "¡Qué tarjeta más linda! ¡Eres un artista estupendo!", le podría decir, "A Papi le gustará mucho la tarjeta 'Espero que te mejores' que le hiciste."
- *Guárdese de no exagerar las alabanzas.* Su hijo quizás desarrolle dudas sobre el discernimiento de usted si le dice constantemente que es el niño que corre más rápido, o el mejor artista, especialmente si él sabe que hay otros que corren más rápido o que saben dibujar mejor.

Evite los cumplidos que insulten a su hijo o a otros.

- *No alabe a su hijo de manera que se parece a una crítica.* No es alentador decirle, "No puedo creer que por fin te acordaste de colgar tu abrigo." Si su hijo ha hecho algo digno de un cumplido, dele el cumplido, y déjeselo así.
- *Evite insultar a los demás al animar a un niño.* Si usted le dice, "Me ayudas mucho mejor que tu hermano," esto podría causar la competición y el resentimiento.

"Te amo." "¡Estoy orgullosa de ti!" "Estoy tan feliz de que eres mi hijo." Los niños—y los adultos también—se sienten contentos al escuchar estas palabras.

Estas sugerencias son adaptaciones tomadas de los siguientes recursos:

Brazelton, T. Berry y Sparrow, Joshua A. (2001). Touchpoints three to six: Your child's emotional and behavioral development *(pp. 222-224). Cambridge, MA: Perseus.*

Work and Family Resource Center. (1996). Praising children *[Online]. Available: http://www.cpirc.org/tips/praise.htm#Praising%20Children*

Para recursos de Web relacionados, véase "Palabras animadoras" en http://illinoisearlylearning.org/tips.html.

English Title: Encouraging Words

Illinois Early Learning Project

29 Children's Research Center
51 Gerty Dr. ● Champaign, IL 61820-7469
Teléfono: 217-333-1386 ● Fax: 217-333-3767
Gratis: 800-583-4135 (Voz/TTY)
Email: iel@uiuc.edu
Internet: http://illinoisearlylearning.org

futures for kids

Para más páginas de consejos acerca de otros temas, favor de visitar el: http://illinoisearlylearning.org

PS 031719

He's Teasing Me!

Parents can't stop all teasing, and not all teasing is hurtful. Playful teasing causes the one being teased and those hearing it to smile or laugh and feel included. It can create bonds. Hurtful teasing causes anger and resentment and can create isolation. Children who are hurt by teasing may suffer a loss of self-esteem. Some teasing can make school or play situations become painful. By understanding teasing, you can know when to let it go and when to step in and say "Enough!"

Why do children tease each other?

Teasing is often shown as funny on television shows or in movies. Children may imitate what other children or television characters do because they think that it's "cool."

Teasing can be a way to get attention, to respond to being teased, to feel superior, to be friends with others by excluding the victim, or to hide discomfort with differences.

How can parents help?

Listen to your child's description of the teasing. Accept her feelings about it.

Try not to overreact. Seeing your child being teased may bring back unhappy memories of being teased in your childhood. Try to put those memories aside and remember that the teaser is also a child.

Show her that you believe she can handle it, and encourage her to be with others who help her feel good about herself.

Give your child some tips to cope with teasing. Suggest that he:

- Try telling himself, "I don't like this, but I can handle it. Just because he's saying these things about me doesn't make them true."
- Try ignoring the teaser. Pretend she's invisible or speaking an unknown language. Visualize an invisible shield that the hurtful words can't get through. Sometimes teasing loses its appeal when the victim doesn't react.
- Try using humor or responding in an unexpected way. Try turning the teasing comment into a compliment, calmly agreeing with the teaser, or responding with an indifferent "So?"
- Ask for help if the teasing becomes prolonged, constant, threatening, or violent. Don't expect your child to put up with being bullied or harassed. Adults—including parents, teachers, administrators, and counselors—should become involved when teasing becomes torment.

How can I learn more about helping my child cope with teasing?

Easing the Teasing
http://www.easingtheteasing.com

Bullying and How to Beat It!
http://ericcass.uncg.edu/virtuallib/bullying/1061.html

Helping Children Handle Teasing
http://www.parenting-ed.org/handout3/Specific%20Concerns%20and%20Problems/teasing.htm

Illinois Early Learning Project

29 Children's Research Center
51 Gerty Dr. • Champaign, IL 61820-7469
Telephone: 217-333-1386 • Fax: 217-333-3767
Toll-free: 800-583-4135 (Voice/TTY)
Email: iel@uiuc.edu
Internet: http://illinoisearlylearning.org

futures for kids

For more tip sheets on other topics, please go to http://illinoisearlylearning.org

PS 031719

¡Se está burlando de mí!

Los padres no pueden eliminar toda burla y no toda burla lastima. Las burlas inocentes son las que hacen reír o sonreír y sentirse incluidos, tanto a los burlados como a los demás que las escuchan. Pueden unir emocionalmente a la gente. Las burlas dañinas son las que causan enojos y resentimientos y pueden crear un sentido de aislamiento. Las burlas podrían convertir la participación escolar o los juegos en algo doloroso. Al comprender las burlas, Ud. podrá saber cuándo no hacer caso y cuándo meterse y decir "¡Basta!"

¿Por qué se burlan los niños uno al otro?

Las burlas se presentan a menudo como divertidas en los programas de televisión o en las películas. Los niños podrían imitar lo que hacen los demás niños o los personajes de la televisión, porque lo ven muy "de moda".

Las burlas podrían ser una manera de buscar atención, de responder a ser burlado, de sentirse superior, de entablar amistades con los demás excluyendo a la víctima o de disfrazar la incomodidad con indiferencia.

¿Cómo pueden ayudar los padres?

Escuche la descripción de la burla que le da su hija. Acepte sus sentimientos al respecto.

Intente no reaccionar excesivamente. Ver que se burlan de su hija podría traerle a Ud. recuerdos infelices de ser la víctima de burlas en su niñez. Procure echar a un lado aquellos recuerdos y tenga en cuenta que el burlón también es un niño. Enséñele a su hija que Ud. confía en la capacidad de ella para encargarse del asunto y anímela a estar con aquellos que la ayuden a sentirse bien consigo misma.

Ofrézcale a su hijo algunos consejos para lidiar con las burlas. Sugiera que:

- Intente decirse a sí mismo, "A mí no me gusta esto, pero lo puedo aguantar. El hecho de que diga estas cosas sobre mí, no las hace ciertas."
- Procure no hacer caso del burlón. Podría imaginar que es invisible o que habla una lengua desconocida. Podría visualizar un escudo invisible que no deja pasar las palabras que hieren. A veces las burlas pierden su atracción cuando la víctima no reacciona.
- Experimente con el humor o conteste de una manera no esperada. Podría intentar convertir el comentario burlón en un cumplido, poniéndose con calma de acuerdo con el burlón o responder con un "¿Y qué?", que sugiera indiferencia.
- Pida ayuda si las burlas se hacen prolongadas, constantes, amenazadoras o violentas. No espere Ud. que su hija aguante que la amedrenten o la acosen. Los adultos –los padres y madres, maestros, administradores y consejeros escolares – deben intervenir cuando las burlas se convierten en un tormento.

¿Cómo puedo aprender más acerca de ayudar a mi hijo a lidiar con las burlas?

Manejando las burlas: cómo los padres pueden ayudar a sus hijos
http://ericeece.org/pubs/digests/2000/freed00s.html

La intimidación en las escuelas
http://ericeece.org/pubs/digests/1998/banks98s.html

Como ayudar a los niños con las burlas
http://www.parenting-ed.org/Spanish%20handouts/Specific%20Concerns/Helping%20Children%20Handle%20Teasing.htm

Illinois Early Learning Project

29 Children's Research Center
51 Gerty Dr. ● Champaign, IL 61820-7469
Teléfono: 217-333-1386 ● Fax: 217-333-3767
Gratis: 800-583-4135 (Voz/TTY)
Email: iel@uiuc.edu
Internet: http://illinoisearlylearning.org

futures for kids

Para más páginas de consejos acerca de otros temas, favor de visitar el: http://illinoisearlylearning.org

PS 031719

Helping Children Develop "Impulse Control"

Excitement, joy, anger, frustration, and disappointment are all part of growing up. Learning how and when to show these emotions is known as impulse control. *Here are some facts about impulse control:*

- **Impulse control helps children make and keep friends.** Children who can control their anger and frustration, and use words to express their feelings, are likely to be able to make and keep friends. And making and keeping friends can boost self-esteem and later school success.

- **Early experiences can contribute to later success with impulse control.**

  Infants need a responsive and predictable environment. When you respond to their physical needs with love and care, they learn to expect order in their world. They also learn that their actions affect others.

  Toddlers need to feel independent and capable. You can help them use their developing language skills to label their own and others' actions. Learning to describe actions, thoughts, and feelings with words is key to having good impulse control.

  Older preschool children learn to control their impulses by taking turns or sharing their toys. They are increasingly able to use language to control their emotions and interact with others.

- **You can encourage the development of impulse control in your 3-, 4-, and 5-year-olds in the following ways:**

  Suggest words that your child can use to say how she feels. If your child gets mad while playing a game, encourage her to use words to show her anger, such as "That really makes me mad!" or "I don't like it when you play the game that way!"

  Make it clear that hurting others is not allowed. When your child gets mad playing a game and pushes or hits another child, take him aside and remind him that hurting others is not allowed.

  Help your child think of new ways to solve problems. When your child has a disagreement with another child, suggest solutions such as taking turns or sharing.

  Respond to your child's misbehavior with words. When you tell your child the reasons behind rules and explain the consequences for misbehavior, you help her develop inner controls on her behavior.

  Model self-control when dealing with stress or frustration. Your child learns many behaviors from observing you. When you model self-discipline and self-control in difficult situations, your child will learn to follow your example.

- **For related Web resources, see "Helping Children Develop 'Impulse Control'" at http://illinoisearlylearning.org/tips.htm.**

Illinois Early Learning Project

29 Children's Research Center
51 Gerty Dr. ● Champaign, IL 61820-7469
Telephone: 217-333-1386 ● Fax: 217-333-3767
Toll-free: 800-583-4135 (Voice/TTY)
Email: iel@uiuc.edu
Internet: http://illinoisearlylearning.org

Illinois State Board of Education

For more tip sheets on other topics, please go to http://illinoisearlylearning.org

PS 031719

Ayudar a los niños a desarrollar el control de los impulsos

La emoción, el gozo, el enojo, la frustración y la desilusión – todos forman parte de la experiencia de crecer. El aprender de cómo y cuándo demostrar estas emociones se conoce como el control de los impulsos. He aquí unos datos sobre el control de los impulsos:

- **El control de los impulsos ayuda a los niños a hacer y conservar las amistades.**

  Es probable que los niños que pueden controlar su enojo y su frustración, y que usan las palabras para manifestar sus emociones, puedan hacer y conservar las amistades. Y eso podría aumentar su amor propio además de su futuro éxito escolar.

- **Las experiencias tempranas pueden contribuir al éxito más tarde con el control de los impulsos.**

  Los bebés necesitan un ambiente sensible y constante. Cuando se responde con amor y consideración a sus necesidades físicas, aprenden a esperar que su mundo sea ordenado. También aprenden que sus acciones pueden afectar a los demás.

  Los niños de 2 a 3 años necesitan sentirse independientes y hábiles. Usted puede ayudarles a usar sus habilidades en desarrollo de lenguaje para clasificar sus acciones y las de los demás. El aprender de cómo describir las acciones, los pensamientos, y los sentimientos con palabras es la clave para tener un control bueno de los impulsos.

  Los niños más grandes de edad preescolar aprenden a controlar los impulsos turnándose o compartiendo los juegos. Van aumentando las habilidades en usar el lenguaje para controlar sus emociones y relacionarse con los demás.

- **Usted puede fomentar el desarrollo del control de los impulsos en sus niños de 3, 4 y 5 años de las siguientes maneras:**

  Sugerir palabras que su hijo puede usar para comunicar cómo se siente. Si su hija se enfada mientras juega un juego, anímele a usar palabras para expresar el enojo, como "¡Eso me enfada mucho!" o "¡No me gusta cuando juegas el juego así!"

  Poner en claro que no se permite hacerles daño a otros. Cuando su hijo se enoja mientras está jugando un juego y le da empujones o pega a otro niño, apártele del grupo y recuérdele que se prohíbe hacerles daño a los demás.

  Ayudar a su hijo a idear nuevas maneras para resolver los problemas. Cuando su niño tiene un desacuerdo con otro niño, sugiérale soluciones como turnarse o compartir.

  Reaccionar al mal comportamiento de su hijo usando las palabras. Al contarle a su hija las razones detrás de las reglas y explicarle las consecuencias del mal comportamiento, le ayuda a desarrollar modos internos de controlar su propio comportamiento.

  Poner el ejemplo del autodominio al hacer frente al estrés o la frustración. Su hijo aprende muchos comportamientos observándole a usted. Cuando usted pone el ejemplo de la auto-disciplina y el autodominio en situaciones difíciles, su hijo aprenderá a seguir su ejemplo.

- **Para recursos de Web relacionados, véase "Ayudar a los niños a desarrollar el control de los impulsos" en http://illinoisearlylearning.org/tips-sp.htm.**

English Title: Helping Children Develop "Impulse Control"

Illinois Early Learning Project

29 Children's Research Center
51 Gerty Dr. ● Champaign, IL 61820-7469
Teléfono: 217-333-1386 ● Fax: 217-333-3767
Gratis: 800-583-4135 (Voz/TTY)
Email: iel@uiuc.edu
Internet: http://illinoisearlylearning.org

Illinois State Board of Education

Para más páginas de consejos acerca de otros temas, favor de visitar el: http://illinoisearlylearning.org

PS 031719

Making and Keeping Friends

Knowing how to make and keep friends is an important skill for young children to learn. For preschool and school-age children, friends are fun to have around. They can also be important to success in school! Here are some facts about friendships.

The effect of friendships on school success shows up very early

Young children who know how to form and maintain close friendships tend to:

- adjust well to school and do well in classes
- have high self-esteem
- learn important social skills, such as cooperation and problem solving

The benefits of childhood friendships can have lifelong effects

People who learn at an early age to make and keep close friends tend to engage in fewer risky behaviors as teens and have fewer mental health problems as adults than do those who have no close childhood friends.

Parents can help their child learn how to be a good friend

The best social skills teacher of all can be the example you set in your daily interactions with others. (Actions speak louder than words!) You help your children learn how to make and keep friends when you:

- model cooperation and kindness with other people, including neighbors, shopkeepers, and teachers
- invite friends over and find times for your child to play with others
- talk to your child about what it means to be a "host" and how to look out for another child's needs
- help your child learn how to listen to others' ideas
- discuss fairness with your child—how to take turns, how to share, and how to solve problems
- help your child learn words to express his feelings
- discuss the importance of being honest and loyal with friends
- discourage hurtful behaviors in your child, and offer other ways to solve problems
- talk to your child about being kind and helpful to others
- help your child recognize and respond to others' feelings

To learn more about the importance of friendships for young children, see these Web sites:

http://ericeece.org/pubs/digests/1992/hartup92.html
http://www.nncc.org/Guidance/dc26_wo.friends1.html
http://ericeece.org/pubs/digests/1999/freed99.html
http://npin.org/pnews/1998/pnew998/inte998a.html

PS 031719

Illinois Early Learning Project
29 Children's Research Center
51 Gerty Dr. ● Champaign, IL 61820-7469
Telephone: 217-333-1386 ● Fax: 217-333-3767
Toll-free: 800-583-4135 (Voice/TTY)
Email: iel@ericps.crc.uiuc.edu
Internet: http://illinoisearlylearning.org

futures for kids

For more tip sheets on other topics, please go to http://illinoisearlylearning.org

Cómo hacer y conservar las amistades

Saber cómo hacer y conservar las amistades es una habilidad importante que los niños deben aprender. Para los niños de las edades preescolar y escolar, los amigos son una fuente de mucha diversión. ¡También pueden ser importantes para su éxito en la escuela! Hay aquí unos datos acerca de las amistades.

Los efectos de las amistades en el éxito escolar aparecen muy temprano

Los niños pequeños que saben formar y mantener amistades íntimas tienden a:

- ajustarse bien a la escuela y ser buenos alumnos
- gozar de mucho amor propio
- aprender habilidades sociales importantes, como la cooperación y la resolución de problemas

Los beneficios de las amistades infantiles pueden perdurar toda la vida

Las personas que aprenden a una edad joven a hacer y conservar las buenas amistades tienden a ocuparse en menos comportamientos arriesgados como adolescentes y sufren menos problemas con su salud mental como adultos, que aquellos que no forman amistades infantiles.

Los padres pueden ayudar a su hijo a aprender cómo ser un buen amigo

El mejor maestro de habilidades sociales puede ser el ejemplo que Ud. da con sus interacciones cotidianas con los demás. ("¡Dónde hay obras, las palabras sobran!") Está ayudando a sus hijos a aprender cómo formar y mantener las amistades cuando:

- muestra cooperación y bondad con los demás, como vecinos, vendedores y maestros
- invita a sus amigos a la casa y encuentra tiempo para que su hija juegue con otros niños
- habla con su hijo de lo significa ser un "anfitrión" y de cómo prestar atención a las necesidades de otro niño
- ayuda a su hija a aprender cómo escuchar las ideas de los demás
- habla de lo justo con su hijo—cómo turnarse, cómo compartir y cómo resolver problemas
- ayuda a su hija a aprender las palabras para expresar sus sentimientos
- discute la importancia de ser honesto y fiel con los amigos
- desaprueba los comportamientos dañinos de su hijo y le ofrece otras maneras de resolver sus problemas
- habla con su hija sobre cómo ser bondadosa y amable con los demás
- ayuda a su hijo a reconocer y responder a los sentimientos de los demás

Para aprender más acerca de la importancia de las amistades infantiles, puede visitar estos sitios Web:

http://ericeece.org/pubs/digests/1992/hartup92.html (en inglés)
http://www.nncc.org/Guidance/sp.aprend.compr.html
http://ericeece.org/pubs/digests/2001/mcclel01s.html
http://ericeece.org/pubs/digests/1997/moor97s.html

Illinois Early Learning Project

29 Children's Research Center
51 Gerty Dr. • Champaign, IL 61820-7469
Teléfono: 217-333-1386 • Fax: 217-333-3767
Gratis: 800-583-4135 (Voz/TTY)
Email: iel@uiuc.edu
Internet: http://illinoisearlylearning.org

futures for kids

PS 031719

Please Don't Go!
Separation Anxiety and Children

It is often hard for a parent or other loved one to leave a young child who cries and clings. The child is experiencing separation anxiety. *Children may not understand when loved ones will be back. These situations can be upsetting to the loved ones who have to leave—as well as to the child. Here are some things to remember about separation anxiety.*

- **A little separation anxiety is normal.** The child's behavior can be a positive sign. It shows that he recognizes and has formed important attachments with loved ones. (A child who never shows distress at a parent's leaving or never shows a preference for one caregiver over another may be a greater cause for concern.)

- **Anxiety tends to follow a predictable pattern.** Fear of less familiar people and places often begins when a child is about 8 months old, although it can begin as early as 5 months of age. Separation anxiety usually peaks between 10 and 18 months and fades by the age of 2 years. This anxiety may become greater at any age or may return in an older child when there is a change in environment or when other changes occur, such as the birth of a new baby in the family.

- **You can help make partings easier for your child.**
  - Stay with her until she becomes familiar with a new place or person.
  - Tell her calmly you know she doesn't want you to leave. Reassure her you will be back.
  - Tell her Mommy or Daddy will be back after naptime or at dinnertime, even if she can't tell time. Be sure to keep your word.
  - Let her have her favorite blanket or other "lovey" for comfort. Some children like one of Mom's sweaters or another familiar possession they can keep until you return.
  - Avoid leaving your child when she is hungry, tired, or sick.
  - Never tease or scold her for her upset feelings.
  - Never sneak away without telling her at all.
  - Don't bribe her not to cry.

- **Your stress level can contribute to separation anxiety.** Your anxiety about child care arrangements or guilt about leaving may add to your child's distress. Be sure to make arrangements for child care that you feel confident about. And remember, some time spent apart can be good for you both.

- **Sometimes, it may be more than separation anxiety.** Consider other possible sources of stress in your child's life or consider an alternative child care arrangement for
  - a child who continues to be inconsolable in a new child care or other setting for more than 2 weeks; or
  - a child who stops eating or sleeping well, refuses to interact with others, and has an ongoing change in behavior.

- **For related Web resources, see "Please Don't Go! Separation Anxiety and Children" at http://illinoisearlylearning.org/tips.htm.**

PS 031719

Illinois Early Learning Project

29 Children's Research Center
51 Gerty Dr. ● Champaign, IL 61820-7469
Telephone: 217-333-1386 ● Fax: 217-333-3767
Toll-free: 800-583-4135 (Voice/TTY)
Email: iel@uiuc.edu
Internet: http://illinoisearlylearning.org

Illinois State Board of Education

¡No te vayas por favor!
La ansiedad de separación y los niños

Muchas veces es difícil para los padres u otros seres queridos despedirse de un niño pequeño que llora y se pega a ellos. El niño siente la ansiedad de separación. *Los niños tal vez no entienden cuándo los seres queridos volverán. Estas situaciones pueden ser inquietantes para los seres queridos que tienen que irse—y para el niño además. He aquí unas cosas para tener en cuenta tocante a la ansiedad de separación.*

- **Es normal tener un poco de ansiedad de separación.** Tal comportamiento del niño puede ser un indicio positivo. Demuestra que él reconoce a los seres queridos y ha formado importantes lazos emocionales con ellos. (Un niño que nunca muestra angustia a la partida de su padre o madre, o que no muestra ninguna preferencia por un cuidador más que otro, podría ser causa de más preocupación.)
- **La ansiedad suele seguir un patrón predecible.** El temor a lugares y personas menos conocidos frecuentemente comienza cuando un niño tiene como 8 meses de edad, aunque puede empezar tan temprano como a los 5 meses de edad. La ansiedad de separación normalmente alcanza su auge entre los 10 y 18 meses de edad y mengua para los 2 años. Esta ansiedad puede intensificarse a cualquier edad o volver en un niño más grande cuando hay un cambio en el ambiente o cuando ocurren otros cambios, como el nacimiento de un bebé nuevo en la familia.
- **Usted puede ayudar a facilitarle las despedidas a su hijo.**
  - Quede con él hasta que llegue a conocer a una persona nueva o un lugar nuevo.
  - Dígale en tonos tranquilos que usted sabe que ella no quiere que se vaya. Confórtela diciendo que volverá.
  - Dígale que Mami o Papi volverá después de la siesta o en la tarde, aun si no sabe leer el reloj. Asegúrese de cumplir su promesa.
  - Deje que tenga su manta preferida u otro juguetito como consuelo. A algunos niños les gusta tener un suéter de Mami u otro efecto personal conocido que puede tener hasta que usted vuelva.
  - Evite dejar a su hija cuando está cansada, enferma o tiene hambre.
  - No se burle nunca de él ni le regañe por sus sentimientos de malestar.
  - No se vaya nunca a hurtadillas sin decirle nada.
  - No la soborne para no llorar.
- **El estrés que usted siente puede contribuir a la ansiedad de separación.** La ansiedad de usted sobre los arreglos de cuidado infantil o sus sentimientos de culpa por irse podrían aumentar la aflicción que su hijo siente. Asegúrese de hacer arreglos de cuidado infantil en que ambos tengan confianza. Y recuerde que un rato de separación puede ser provechoso para los dos.
- **A veces, puede tratarse de más que la ansiedad de separación.** Considere otras posibles fuentes de estrés en la vida de su hijo, o considere un arreglo alternativo de cuidado infantil para
  - un niño que sigue sintiéndose inconsolable en un nuevo ambiente de cuidado infantil u otra situación por más de 2 semanas; o
  - un niño que deja de comer o dormir bien, niega interactuarse con otras personas, y tiene un cambio continuo de comportamiento.

English Title: Please Don't Go! Separation Anxiety and Children

Illinois Early Learning Project

29 Children's Research Center
51 Gerty Dr. ● Champaign, IL 61820-7469
Teléfono: 217-333-1386 ● Fax: 217-333-3767
Gratis: 800-583-4135 (Voz/TTY)
Email: iel@uiuc.edu
Internet: http://illinoisearlylearning.org

Illinois State Board of Education

BEST COPY AVAILABLE

Para más páginas de consejos acerca de otros temas, favor de visitar el: http://illinoisearlylearning.org

U.S. Department of Education
Office of Educational Research and Improvement (OERI)
National Library of Education (NLE)
Educational Resources Information Center (ERIC)

NOTICE

Reproduction Basis

[X] This document is covered by a signed "Reproduction Release (Blanket)" form (on file within the ERIC system), encompassing all or classes of documents from its source organization and, therefore, does not require a "Specific Document" Release form.

[ ] This document is Federally-funded, or carries its own permission to reproduce, or is otherwise in the public domain and, therefore, may be reproduced by ERIC without a signed Reproduction Release form (either "Specific Document" or "Blanket").

EFF-089 (1/2003)

P9031719